ESSAI

SUR

LE SOMMEIL;

DISSERTATION

PRÉSENTÉE ET SOUTENUE PUBLIQUEMENT

A LA FACULTÉ DE MÉDECINE DE STRASBOURG,

Le Mercredi 28 Août 1833, à trois heures après midi,

POUR OBTENIR LE GRADE DE DOCTEUR EN MÉDECINE,

PAR

LOUIS LAMBERT,

D'ODRATZHEIM (BAS-RHIN),

DOCTEUR EN MÉDECINE ET EN CHIRURGIE DE L'UNIVERSITÉ DE WURTZBOURG.

STRASBOURG,

De l'imprimerie de F. G. LEVRAULT, imprimeur de la Faculté de médecine.

1833.

Ex Legato C. H. PERSOON.

ACAD
LUGD.BAT
BIBL.

FACULTÉ DE MÉDECINE DE STRASBOURG.

Président, M.	Ehrmann,	Professeurs.
Examinateurs, MM.	Lobstein,	Professeurs.
	Masuyer,	Professeurs.
	Meunier,	Professeurs.
	Aronssohn,	Agrégés en exercice.
	Burglin,	Agrégés en exercice.
	Cailliot,	Professeurs.
	Coze,	Professeurs.
	Foderé,	Professeurs.
	Tourdes,	Professeurs.
	Rochard,	Professeur honoraire.
	Bousquet,	Agrégés en exercice.
	Cailliot, E.,	Agrégés en exercice.
	Duvernoy,	Agrégés en exercice.
	Flourens,	Agrégés en exercice.
	Goupil,	Agrégés en exercice.
	Kayser,	Agrégés en exercice.
	Lauth,	Agrégés en exercice.
	Martinet,	Agrégés en exercice.
	Rennes,	Agrégés en exercice.
	Stoltz,	Agrégés en exercice.

La Faculté a arrêté que les opinions émises dans les dissertations qui lui sont présentées, doivent être considérées comme propres à leurs auteurs, et qu'elle n'entend ni les approuver ni les improuver.

ESSAI

SUR LE SOMMEIL.

Les différentes fonctions dont l'ensemble constitue la vie, ne s'exercent pas d'une manière continue; tous nos organes indistinctement sont soumis à une sorte d'intermittence d'actions; intermittence à la vérité peu marquée pour quelques-uns, tandis qu'elle est bien tranchée pour d'autres. Ainsi les organes qui président aux fonctions de nutrition, quoique agissant toujours, éprouvent cependant des modifications relativement à l'intensité de leur action; le cœur ne bat pas toujours avec la même force, le poumon ne fonctionne pas toujours avec la même activité, l'estomac ne remplit qu'à des intervalles assez éloignés la tâche que lui a imposée la nature; les absorptions sont plus ou moins actives, et les fonctions de nutrition varient elles-mêmes suivant l'activité de la respiration et de la circulation.

Je ne mentionnerai pas l'intermittence des fonctions de reproduction. Destinées à n'agir que pendant un certain laps de temps, elles ne jouent ici qu'un rôle secondaire, et ne sont nullement nécessaires à l'entretien de la vie individuelle.

Mais il est une série de fonctions importantes dont l'exercice n'aurait pu se faire continuellement sans nuire à l'ensemble de l'organisme; je veux parler de ces fonctions par lesquelles l'être vivant se met en rapport avec le monde extérieur, fonctions dont l'ensemble forme un tout si harmonieux dans l'homme et auxquelles il doit sa suprématie.

Après un temps plus ou moins long, dont la durée varie peu dans

la série des êtres, les organes de la vie animale éprouvent le besoin irrésistible de se reposer, les fonctions auxquelles ces organes président sont suspendues, interrompues jusqu'à ce que le retour des forces leur permette de recommencer en quelque sorte une nouvelle vie.

C'est à cette suspension des fonctions de relation qu'on a donné le nom de sommeil, définition qui nous semble juste et que pour cette raison nous nous empressons d'adopter.

Il suit de là que nous ne saurions, à l'exemple de quelques auteurs, admettre de sommeil pour les végétaux, puisque ces êtres ne possèdent point de fonctions de relation, quoiqu'on ait cherché à prouver le contraire.

La propriété qu'ont certaines plantes d'ouvrir ou de fermer leur corolle aux rayons du jour, phénomène qui a donné à Linné l'idée ingénieuse de son horloge de Flore; les mouvemens que l'on observe dans quelques-unes de leurs parties, semblent être dus à une sorte de contractilité organique qui se manifeste sous l'influence de la lumière, de l'humidité ou d'autres agens; mais ils ne sauraient en aucune façon être comparés au sommeil des animaux.

Il n'est pas plus juste d'appeler sommeil, l'état stationnaire où, pendant l'hiver, se trouvent la plupart des végétaux; c'est un état particulier, propre à cette classe d'êtres organisés, comparable en quelque sorte à ce qui se passe chez certains animaux; état dont la cause est voilée à nos yeux, comme le sont encore tant de mystères de la nature.

Ce sommeil des plantes a surtout trouvé des partisans parmi les physiologistes allemands, dont les théories spéculatives ont tant de tendance à tout généraliser.

Reil dit à ce sujet que les champs eux-mêmes ont besoin de rester en friche pendant un certain laps de temps, afin de se saturer de nouveau d'oxigène, et l'engrais seul ne saurait en maintenir la fertilité.

Je regarderai donc le sommeil comme propre aux seuls animaux, et je le décrirai spécialement dans l'homme sous le double rapport physiologique et pathologique.

I. *Du sommeil considéré sous le rapport physiologique.*

Nous avons défini le sommeil : *la suspension des fonctions de relation;* pour rendre cette définition plus complète, on pourrait dire que le sommeil est la suspension des actes intellectuels, des sensations, des mouvemens, de la voix et des excrétions volontaires.[1]

On pourrait objecter que plusieurs de ces actes s'exercent quelquefois pendant le sommeil : les rêves, certains mouvemens, la voix; mais ici la volonté n'y prend aucune part, ce sont des actes en quelque sorte instinctifs, et dont au réveil nous n'avons souvent aucun souvenir. C'est, comme le dit M. Adelon, l'absence de notre moi, l'absence d'actes volontaires qui constitue le caractère essentiel du sommeil.

Le sommeil est un état commandé par un sentiment de besoin que l'homme éprouve périodiquement. Il survient d'une manière graduelle : les idées se troublent, deviennent incohérentes et disparates, la volonté n'est plus assez puissante pour concentrer notre esprit sur un seul objet, pour suivre un raisonnement; les paupières appesanties se ferment involontairement, les muscles se relâchent, la tête se penche en avant, elle ne peut plus garder la position verticale sans que nous y employions quelque effort; de là les mouvemens si caractéristiques de cette partie du corps aux approches d'un sommeil auquel on voudrait résister.

Si le corps est debout ou bien s'il marche, les pas sont chancelans, mal assurés, les membres tendent à se fléchir, les muscles refusent d'agir, le corps entier est porté à s'affaisser et réclame

---

1. C'est la définition que donnait feu M. le professeur Béraut.

cette position horizontale qui lui est nécessaire pour le repos. Si l'on veut résister à ce besoin impérieux de dormir, de profondes inspirations, des bâillemens, des pandiculations activent pour un instant la respiration engourdie, et donnent encore quelque vigueur aux membres; la volonté peut même être assez puissante pour surmonter cette tendance au sommeil, mais cette résistance n'est que momentanée.

La position la plus naturelle au sommeil est, comme nous l'avons dit, le décubitus horizontal, celui dans lequel les membres, dans une demi-flexion, reposent le mieux. Cependant tout le monde sait que cette position horizontale n'est pas indispensable, beaucoup de personnes peuvent dormir assises, soit dans un fauteuil, soit sur un siége ordinaire; on cite même des exemples d'individus qui avaient la faculté de sommeiller debout, appuyés contre un plan résistant. Mais dans toute autre position que le décubitus horizontal, le sommeil est en général moins tranquille, moins réparateur; le corps ne se remet pas aussi bien de ses fatigues.

Outre la position horizontale, les autres circonstances qui concourent à favoriser le sommeil, sont le silence et l'obscurité.

Le silence ou l'absence absolue de tout bruit est sans doute une condition favorable, cependant elle n'est pas indispensable : une lecture monotone, les sons harmonieux et doux d'un instrument de musique, le bruit uniforme d'un rouet, loin d'empêcher le sommeil, le favorisent au contraire chez un grand nombre d'individus. Ainsi l'enfant s'endort au chant de sa nourrice ou au balancement et au bruit monotone de son berceau; il n'est personne qui n'ait éprouvé l'influence d'une lecture peu attrayante, et un grand nombre d'individus ont même recours à ce moyen artificiel pour s'endormir plus promptement. Les anciens, dans leurs allégories toujours si naturelles, si pittoresques, avaient saisi cette vérité en donnant pour demeure au dieu du repos un antre sombre, écarté, où l'on n'entendait que le murmure uniforme des eaux du fleuve de l'oubli.

La nuit est la troisième condition favorable au sommeil; non que cette fonction ne puisse s'exercer pendant le jour, car on sait que bien des personnes, intervertissant l'ordre établi par la nature, consacrent au repos le temps que d'autres emploient au travail. Mais ici nous ne devons pas parler des exceptions. Il est difficile d'expliquer cette influence de la nuit sur notre organisme; elle tient autant aux lois générales de la nature qu'à notre constitution et à nos habitudes. L'homme a besoin, pour vivre, de la lumière du jour; elle anime, elle vivifie tout; privé de son influence, l'animal dépérit, languit, s'étiole comme une plante. Obligé par sa constitution de consacrer une partie de sa vie au sommeil, l'homme devait donc employer au travail le temps où le soleil éclaire son horizon, et profiter, pour réparer ses forces, des instans pendant lesquels cet astre vivifie un autre hémisphère. Ce n'est donc pas la nuit en elle-même qui nous porte au sommeil; car si l'on pouvait un instant supposer un jour continuel, nous n'éprouverions pas moins le besoin impérieux de dormir. Au reste, nous reviendrons encore sur cette question en traitant des causes du sommeil.

Nous avons décrit les phénomènes qui caractérisent *le besoin de dormir;* nous avons exposé les circonstances qui favorisent le sommeil; il nous reste a décrire le sommeil en lui-même, et les divers phénomènes qui se présentent pendant cet état.

Couché sur un plan horizontal, les membres dans une demi-flexion, les muscles dans un relâchement complet, l'homme choisit ordinairement la position la plus favorable à un sommeil tranquille.

Le décubitus latéral, sur le côté droit, est généralement le plus avantageux, parce que le foie, reposant sur un plan résistant, ne gêne en aucune façon les fonctions de l'estomac et des intestins, ce qui aurait lieu dans le décubitus sur le côté gauche, par la pression que cet organe exercerait sur les viscères de la digestion. Les décubitus sur le dos et sur le ventre ont lieu rarement: le second, parce qu'il est gênant et peu naturel; le premier, parce qu'il détermine souvent

cet état pénible appelé *cauchemar*. Du reste, tout ici dépend de l'habitude, et la position qui, aux yeux d'un physiologiste, paraîtrait la moins naturelle, serait cependant la plus favorable à celui qui y serait accoutumé.

Les muscles soumis à la volonté sont donc les premiers organes dont l'action est suspendue; les paupières, couvrant le globe de l'œil, empêchent les objets extérieurs de venir frapper la rétine; la vue est ainsi abolie; bientôt les autres organes des sens suspendent aussi leurs fonctions; le goût, l'odorat, le toucher, ne rapportent plus au moi la conscience de leur existence; l'ouïe est obscure, les sons n'arrivent à l'organe que d'une manière confuse et bientôt ne sont plus perçus; les actes intellectuels cessent aussi peu à peu: d'abord les idées sont multiples, diverses, disparates, comme nous l'avons dit plus haut; c'est une sorte de délire obscur, un état qui a quelque analogie avec le rêve, et qui peut donner une idée assez exacte de ce phénomène; mais bientôt les actes intellectuels sont suspendus entièrement. Ainsi toutes les fonctions par lesquelles l'homme se met en relation avec les objets du dehors, cessent de se manifester, la vie extérieure n'existe plus pour lui; il dort.

Ces phénomènes arrivent plus ou moins rapidement, suivant les individus: chez la plupart le sommeil proprement dit est précédé d'un premier degré, qu'on appelle *assoupissement;* degré dont la durée est variable et dépend d'une foule de causes relatives à l'âge, à la constitution de l'individu, au degré de fatigue, ou à d'autres circonstances. Tandis que, durant le sommeil, les fonctions de relation sont suspendues, celles de la vie organique au contraire augmentent d'activité, quoi qu'en aient dit quelques physiologistes, qui ont prétendu que l'absence de l'influence cérébrale devait diminuer également l'activité des organes qui président aux fonctions nutritives. Personne n'ignore cependant que cette grande classe de fonctions se trouve influencée par un système nerveux particulier qui, à la vérité, à des connexions nombreuses avec l'encéphale, mais

dont l'action est bien distincte de celle du système cérébro-rachidien.

Parcourons la série des fonctions nutritives, et voyons quels changemens elles éprouvent pendant le sommeil : si l'on observe la tendance qu'ont la plupart des personnes de se livrer au repos après le principal repas de la journée, usage connu sous le nom de *sieste*, et qui existe surtout dans les contrées méridionales, on sera porté à croire que la digestion s'opère avec plus de facilité pendant le sommeil. En effet, l'estomac a besoin pour fonctionner d'un afflux plus considérable de sang, et son action peut être pervertie si ce liquide se dirige en plus grande abondance vers la périphérie du corps, vers la peau, ce qui a lieu par un exercice immodéré, par les chaleurs, ou dans les pays méridionaux. Suivant d'autres auteurs au contraire la digestion est plus lente pendant le sommeil que pendant la veille, et tout le monde sait que l'on conseille généralement de ne se coucher que plusieurs heures après avoir pris son dernier repas.

Il est difficile de faire concorder les faits et d'en déduire une loi générale, les exceptions seraient aussi nombreuses que les individus; car encore ici l'habitude modifie singulièrement le jeu de nos organes. Cependant on concevrait que le sommeil, lors de la première digestion, pût être troublé à cause de la réaction sympathique de l'estomac sur le cerveau; mais si la première digestion n'est pas activée par le sommeil, il n'en est pas de même de la digestion intestinale et surtout des *absorptions*. C'est spécialement pendant cet acte que fonctionnent les myriades d'orifices absorbans, répandus à la surface des intestins dans le tissu de nos organes et à la surface du corps, ainsi que semble le prouver la facilité avec laquelle les contagions se transmettent pendant le sommeil, et l'embonpoint que prennent souvent les personnes qui abusent de cet acte.

La *respiration* n'est pas accélérée, au contraire elle est plus lente; mais les inspirations sont plus profondes, et la quantité d'air exhalée, sans doute, plus considérable.

Pour ce qui regarde la circulation, les opinions des auteurs sont diverses : Reil [1], Neumann [2], admettent un ralentissement des pulsations artérielles; tandis que Boerhave [3], Morgagni, prétendent qu'il y a accélération du pouls. Une observation attentive fait voir, que vers la fin du jour le pouls est accéléré, mais qu'aux approches du sommeil il se ralentit. Pendant cet acte il est assez lent, mais plus plein, plus développé que pendant la veille, ce qui indique une plus grande force d'impulsion, ou plus d'activité dans le tissu artériel. J'ai observé moi-même un garçon de neuf ans, dont le pouls n'offrait que quatre-vingts pulsations pendant le sommeil, tandis qu'à l'état de veille on en comptait cent. L'affluence du sang vers la tête est plus forte; par là on peut s'expliquer pourquoi les cérébrites causées par l'insolation sont plus violentes chez les personnes qui, pendant le sommeil, ont été exposées à l'action des rayons solaires. Il n'est guère possible d'apprécier l'état des nutritions, fonction qui se dérobe entièrement à nos regards, à nos moyens d'investigation; le raisonnement seul nous fait soupçonner qu'elles sont plus énergiques.

La chaleur animale aussi est plus développée, et c'est une suite naturelle de l'augmentation d'activité des fonctions précédentes. Tout le monde peut remarquer qu'au réveil la chaleur est sensiblement plus grande qu'au moment où l'on s'est mis au lit, phénomène qui tient en partie aux couvertures dont on se charge plus ou moins, et à la présence d'un air non renouvelé qui entoure le corps, mais qui dépend aussi évidemment de la cause que nous lui avons assignée.

Enfin, comme dernière conséquence de l'activité de la circulation et des nutritions, les sécrétions se font particulièrement pendant le sommeil; la transpiration cutanée surtout est plus abondante; les

---

1 *Ueber die Erkenntniss und Kur der Fieber, IVter Band*, S. 28. *Halle*, 1802.

2 *Abhandlung der Erlanger phys. med. Societ., IIter Bd.*, S. 314.

3 *Prælect. academic. in proprias institutiones rei medicæ, edidit* Haller, *vol. IV. Gœtt.*, 1743, pag. 504.

urines se sécrètent et s'accumulent dans leur réservoir; les excrétions se préparent, pour être rendues lors du réveil.

Ainsi, pendant que les fonctions de relation dorment, les fonctions de nutrition sont en général plus actives, ce qui justifie ces paroles d'Hippocrate : *somnus labor visceribus.*

La durée du sommeil varie suivant les âges, les constitutions, l'habitude, et suivant le plus ou moins de fatigue que le corps a éprouvée.

Elle est généralement en rapport avec le besoin que ressent le corps de se réparer : ainsi l'enfant, chez lequel la vie organique prédomine, a besoin d'un sommeil plus long, afin que ses organes s'accroissent; le vieillard, au contraire, dont le système nerveux est moins irritable, dont les organes ne se nourrissent plus que pour s'entretenir, le vieillard dort peu, la vie de relation prédomine en lui.

L'adulte représente le terme moyen de la durée du sommeil : six, sept, huit heures au plus lui suffisent. Les travaux de la journée influent beaucoup sur la durée du sommeil, et l'on remarque que les travaux de l'esprit exigent un plus long repos que ceux du corps. Le sommeil de l'homme bien portant dure plus long-temps que celui du malade, et pendant la convalescence on peut juger du degré d'amélioration de la santé par la durée du sommeil. Il existe quelques exemples d'individus chez lesquels cet acte de la vie s'est prolongé pendant un temps extraordinaire; ils ont présenté ce phénomène, appelé *hibernation*, propre à quelques animaux, et pendant lequel le corps vit, pour ainsi dire, de sa propre substance.

Ainsi Misa [1] a observé chez une femme de la Flandre un sommeil qui durait continuellement du matin au soir. Burke [2] fait mention d'un Parisien qui resta enseveli dans un sommeil continu, depuis la fin du mois d'Avril jusqu'à la mi-Octobre. Cet homme était

---

1 Recueil périodique, tom. II, pag. 94.

2 *Ibid.*, tom. I.er, pag. 249.

dénué de toute sensibilité; néanmoins on était parvenu à lui faire avaler quelques alimens légers, et l'excrétion des matières fécales avait lieu chez lui. Les exemples de sommeil prolongé sont extrêmement rares et doivent être considérés comme des maladies.

Lorsque le corps a réparé ses forces, c'est-à-dire au bout de six à huit heures, terme moyen, les organes des fonctions de relation reviennent successivement à la vie, et cela dans un ordre inverse de celui dans lequel ils se sont endormis. Les fonctions intellectuelles, qui avaient cessé d'agir les dernières, sont les premières à reparaître.

D'abord les idées sont confuses, la volonté ne peut encore les diriger; on éprouve cette espèce de délire que nous avons remarqué au commencement du sommeil. Les fonctions des *sens*, et en premier lieu celles du *toucher* et de l'*ouïe*, se réveillent ensuite; puis celles de la *vue*, de l'*odorat;* puis les sensations internes, et, enfin, les fonctions musculaires. Des pandiculations, des bâillemens rappellent l'innervation dans les muscles encore engourdis; on se frotte les yeux, on cherche à s'exciter; enfin le corps peut se mouvoir, on peut se tenir debout, marcher, parler, exécuter tous les actes dont on est susceptible : le réveil est complétement établi.

Nous avons exposé les phénomènes que présente l'organisme pendant le sommeil; nous avons dit comment commence cet acte et comment il finit; mais nous ne l'avons considéré que comme s'il était complet, c'est-à-dire, s'il y avait suspension *absolue* de toutes les fonctions de relation. Or, il n'en est pas ainsi; le sommeil complet n'existe pas, ou existe seulement pendant quelques heures. Nous avons déjà vu, en effet, que les premiers instans de cet acte ne sont qu'un assoupissement, et qu'il existe un état analogue avant le réveil.

La volonté elle-même n'est pas toujours totalement absente, bien des personnes ont la faculté de se réveiller à des heures fixes, surtout lorsque, avant de s'endormir, elles ont l'esprit fortement préoccupé de cette idée.

Les actions musculaires s'exécutent instinctivement; on se retourne

dans son lit, on change de place, on ramène les couvertures : phénomènes qui prouvent également que le sens du tact n'est pas entièrement endormi. Les fonctions intellectuelles s'exercent pendant le sommeil, sans que nous en ayons la conscience; c'est ce qui constitue les *rêves* ou *songes*, phénomènes qui ont tant exercé les philosophes et qui cependant s'expliquent, ce me semble, assez naturellement; d'un côté, par la grande activité de l'organe des perceptions, qui travaille, pour ainsi dire, constamment; de l'autre côté, par l'absence de la volonté, faculté essentielle, sans laquelle les idées ne peuvent être coordonnées.

Certains auteurs ont prétendu qu'on rêve toujours, même pendant un sommeil profond : il est difficile de justifier cette opinion, car ces rêves ne laissant aucune trace dans notre mémoire, nous n'avons rien qui puisse nous affirmer qu'ils existent. Cependant on a des exemples de personnes impressionnables qui, une heure, deux heures après que le sommeil est établi, manifestent au dehors par des gestes, par des paroles incohérentes, le travail de leur organe intellectuel. Le nombre prodigieux d'idées disparates qui se succèdent et se confondent, explique très-bien pourquoi nous n'en avons au réveil qu'un souvenir confus.

Quoi qu'il en soit, c'est principalement le matin que les rêves ont lieu; parce que, comme nous l'avons dit, l'organe cérébral se réveille long-temps avant les autres. Les objets sur lesquels nous avons appliqué notre esprit pendant la journée, les impressions diverses, tant externes qu'internes, qui ont agi sur nos organes, les choses qui ont frappé vivement notre imagination, se reproduisent à nous sous mille formes diverses, et sont la plupart du temps la cause de nos rêves. Cependant, il est quelquefois difficile de rattacher ces derniers à des objets du dehors, et souvent nous voyons en songe des êtres tout-à-fait imaginaires, ou des personnes auxquelles nous n'avons pas pensé depuis fort long-temps. Dans la plupart des cas, les rêves ne consistent que dans la production d'actes intellectuels; mais quel-

quefois on voit en même temps se manifester des phénomènes expressifs : on parle, on chante, on pleure, on rit; la locomotion peut s'établir; on marche, on se transporte d'un lieu dans un autre. Enfin, il peut arriver que quelques-uns exercent leurs fonctions, tels que ceux du toucher actif et de l'ouïe. Les derniers phénomènes constituent le *somnambulisme*, état singulier, dans lequel les fonctions de l'intelligence semblent diriger nos sens et nos mouvemens; cependant il y a absence de la volonté, et au réveil on ne conserve aucun souvenir de tout ce qui s'est passé. Le somnambulisme proprement dit a la plus grande analogie avec ce somnambulisme artificiel, produit par le magnétisme animal. Dans les deux états il y a exaltation des fonctions cérébrales, et quand on connaît ce qui se passe dans le premier, on est moins en droit de s'étonner des phénomènes qui se manifestent dans le second.

Il n'entre pas dans mon plan de décrire le somnambulisme, il me suffit de le mentionner comme un des phénomènes qui appartiennent au sommeil.

Causes du sommeil.

Parmi les causes prédisposantes du sommeil il faut ranger en première ligne la fatigue qui résulte des travaux du corps ou de ceux de l'esprit. Les actions musculaires et les actes intellectuels ont une durée limitée; de là la nécessité indispensable de se livrer au repos. Nous avons déjà vu que la nuit est généralement consacrée à cette suspension obligée de la vie animale; mais ici se présente la question de savoir comment agit la nuit, ou quelle influence elle exerce sur notre organisme. La nuit, comme nous l'avons indiqué plus haut, n'est pas en elle-même une cause du sommeil, mais la disparition des rayons solaires; le silence, dans lequel la nature entière est plongée, et par conséquent l'absence de tous les excitans extérieurs qui pourraient impressionner les sens de la vue et de l'ouïe, augmentent la disposition au sommeil qui résulte de la fatigue de la journée.

Telles sont les causes les plus appréciables du sommeil périodique, de celui qui, dans l'ordre naturel des choses, revient tous les jours, et dont le besoin se fait sentir à peu près à la même heure.

Mais il existe encore d'autres causes qui sont susceptibles d'amener le sommeil, soit à l'heure accoutumée, soit hors du temps qui lui est spécialement consacré. Ainsi une température élevée, comme celle qui a lieu pendant l'été, celle des climats méridionaux, d'un appartement trop échauffé, d'un bain; un froid excessif; les liqueurs spiritueuses; un repas copieux; un bruit monotone, un discours ennuyeux, ou prononcé d'un ton uniforme, sont autant de causes qui peuvent plus ou moins porter au sommeil.

Quant à la cause prochaine de cet acte, elle nous est inconnue. En vain chercherait-on à l'expliquer par un embarras dans la circulation des *esprits animaux* qui remontent au cerveau, ou avec Cabanis, par un reflux des puissances nerveuses vers cet organe; en vain d'autres auteurs le font-ils dépendre d'une accumulation de sang vers l'encéphale, et par suite d'une compression des nerfs ou d'un épuisement des principes d'actions émané du cerveau : toutes ces hypothèses n'expliquent pas et ne sauraient expliquer pourquoi le sommeil se produit. Qu'il nous suffise de savoir que notre corps peut être comparé à une horloge qui, pour marcher toujours, a besoin d'être remontée.

Utilité du sommeil.

Homère avait raison quand il faisait dire à Junon, dans son Iliade (chant XIV, vers 233), que le sommeil est le roi des dieux et des hommes : Υπνε, ἄναξ πάντωντε θεῶν πάντωντ' ανθρώπων.

Il indiquait par là et sa puissance et son utilité. Quels bienfaits ne répand-il pas sur la nature vivante et animée! Sous son influence salutaire le corps répare ses forces épuisées, l'esprit reprend une nouvelle fraîcheur, les organes de la vie de relation se retrempent; en un mot, ils se rendent propres à recommencer leurs fonctions.

Le sommeil nous fait oublier, pour un moment du moins, nos peines morales les plus puissantes, des sensations internes impérieuses, telles que la faim et la soif, les douleurs physiques les plus vives; c'est lui seul qui donne encore quelque charme à l'existence du malheureux en proie pendant la veille à une maladie organique qui le fait continuellement souffrir. Demandez à un phthisique, à un malade atteint d'un cancer, quel est son meilleur ami, il vous répondra : c'est le sommeil.

Le sommeil, comme nous l'avons vu, en donnant plus d'activité à la vie organique, développe notre corps; c'est à la faveur de cet acte que l'enfant augmente si rapidement en force, en volume; et s'il est plus long, plus fréquemment répété dans le premier âge de la vie, c'est que l'enfant, dépensant davantage, avait besoin de plus de temps pour se réparer.

Chez l'adulte, le sommeil ne sert pas seulement à redonner aux fonctions de relation la force qu'elles ont perdue; dans un grand nombre de personnes, surtout chez les hommes de cabinet, c'est pendant le sommeil que s'élaborent certains travaux qui n'ont été qu'ébauchés pendant la veille. Tous ceux qui se livrent aux travaux de l'esprit ont dû remarquer ce phénomène, dont il n'est pas facile de se rendre compte. Si vous avez entrepris de traiter un sujet quelque peu difficile, laissez-le reposer pendant plusieurs jours, plusieurs semaines, et vous serez étonné, en le reprenant, de la facilité avec laquelle les idées se présentent à votre esprit. Mais, pour être efficace, le sommeil doit avoir de justes bornes : ici l'excès peut nuire aussi bien que le défaut; le premier, en affaiblissant la puissance nerveuse, en émoussant en quelque sorte les organes; le second, en ne donnant pas à ces derniers le temps de se refaire : on connaît ce mot de ZIMMERMANN[1], que le plus sûr moyen de rester stupide, est de dormir jusqu'à midi.

---

1. *Von der Erfahrung in der Arzeneikunst*, IVtes Buch, 9tes Kapitel.

Boerhave rapporte l'exemple d'un docteur en médecine qui, cherchant son bonheur dans le sommeil, émoussa tellement ses facultés, qu'il périt misérablement dans un hôpital. D'un autre côté, la pathologie nous enseigne qu'un grand nombre de maladies reconnaissent pour cause les veilles prolongées. C'est donc ici le cas de dire, comme dans toutes autres circonstances, *in medio virtus.*

Telle est la description bien imparfaite, sans doute, du sommeil considéré sous le rapport physiologique; il y aurait encore plusieurs questions à examiner. On s'est demandé, par exemple, dans quel état se trouve le cerveau pendant le sommeil; quelle est la portée du système nerveux qui en est le siége; et enfin, si cet acte de la vie est un état négatif du système nerveux, ou si au contraire ce système exerce une certaine action, par laquelle il se répare: questions que je crois insolubles, du moins dans l'état actuel de nos connaissances. Je passe à la seconde partie de ce travail, qui est consacrée au sommeil considéré sous le rapport pathologique.

II. *Du sommeil considéré sous le rapport pathologique.*

Je me propose d'examiner dans cette partie:

1.° Le sommeil morbide, considéré sous le rapport de son excès ou de son défaut;

2.° Le sommeil artificiel ou le narcotisme;

3.° Les avantages que le médecin peut tirer du sommeil sous le rapport de la séméiotique.

1.° *Du sommeil morbide.*

Dans la partie physiologique de ce travail nous avons vu que le temps nécessaire à la réparation des forces est ordinairement de six à huit heures, mais que l'habitude exerce une grande influence sur

cet acte de la vie : nous avons rapporté des exemples d'un sommeil long-temps prolongé, et d'autres, au contraire, où il manquait pendant un temps plus ou moins long. Ce ne sont pas, en vérité, ces cas qui constituent le sommeil morbide; on doit entendre par ces mots les modifications que les maladies font éprouver au sommeil physiologique, tant sous le rapport de sa durée, que sous celui des phénomènes concomitans.

Sous le rapport de la durée, le sommeil peut être prolongé ou diminué. Dans le premier cas, ou bien le malade a une tendance continuelle au sommeil, mais si on lui parle, il peut se tenir éveillé et répondre avec justesse, il y a *somnolence;* ou bien le sommeil est plus profond; on peut, à la vérité, en tirer le malade quand on l'excite, mais il retombe dans son assoupissement aussitôt que l'excitation a cessé, c'est le *coma;* ou, enfin, le malade est entièrement insensible à toute espèce de stimulus, c'est ce qu'on a nommé *carus.* Le coma a été distingué, suivant son degré de profondeur, en *coma vigil* et *coma somnolentum :* dans le premier, le malade chuchotte, parle, il a des rêvasseries, il ouvre les yeux au moindre bruit, ou bien il s'agite et délire; dans le second cas, il est tranquille, sa respiration est bruyante, on croirait qu'il dort profondément.

Je ne parle pas de léthargie, mot pris souvent dans des acceptions diverses, mais qui doit s'entendre plus particulièrement de cet état de mort apparente dans lequel on peut rester pendant plusieurs jours sans que les fonctions de la vie organique cessent de s'exercer.

Toutes les maladies dans lesquelles il y a compression du cerveau, soit par un épanchement de sang, de sérosité ou de pus dans les ventricules, ou entre les lames de l'arachnoïde, l'afflux d'une trop grande quantité de sang vers cet organe (congestion), soit par une stase de ce liquide dans les veines, soit enfin par des causes mécaniques, telles qu'une fracture avec enfoncement des os du crâne, la présence de corps étrangers qui ont pénétré dans le cerveau et reposent sur quelque partie de ce viscère, ou des tumeurs osseuses,

fibreuses, cancéreuses, qui en compriment certaines parties; toutes ces maladies ont pour symptôme constant un état comateux avec ou sans délire. C'est ce qu'on observe, en effet, dans l'hémorrhagie cérébrale, l'hydrocéphale aiguë et chronique, la méningite, l'encéphalite, plusieurs fièvres continues, inflammatoires, certaines formes de typhus, la période de réaction du choléra épidémique, etc.

Le coma peut encore avoir lieu sans cause mécanique, c'est-à-dire sans qu'il y ait compression sur le cerveau. En effet, nous connaissons plusieurs maladies qui ont offert un état comateux profond, sans qu'on ait pu, après la mort, trouver aucune altération appréciable, soit dans les enveloppes du cerveau, soit dans la texture de cet organe.

On pourrait très-bien, ce me semble, se rendre compte de ce phénomène, en admettant un affaiblissement extrême, un épuisement du système nerveux, et spécialement de l'organe principal de ce système. Qui ne sait que l'abus des émissions sanguines, dans les affections cérébrales, loin de calmer le délire, ne fait que l'exaspérer? qui ne sait qu'une diète trop sévère, une abstinence absolue trop long-temps continuée, provoquent même le délire? Il suffit de se rappeler ce que la physiologie nous enseigne des individus morts de faim, pour se convaincre que le délire peut être produit par un épuisement du système nerveux.

Pour appuyer mon opinion d'exemples faciles à saisir, je citerai particulièrement certaines fièvres, appelées à bon droit *nerveuses*, dans lesquelles le cerveau a été trouvé parfaitement sain; on sait d'ailleurs que plusieurs maladies peuvent revêtir un caractère typhoïde, sans qu'on rencontre, après la mort, aucune altération dans cet organe : telles sont la pneumonie et la pleurésie adynamiques; le typhus qui se développe à la suite des plaies graves, etc.

Enfin, à un ébranlement violent du système nerveux en général, ou du cerveau en particulier, peut succéder une sorte d'inertie de cet organe; inertie qui se caractérise par le *coma* ou même le *carus*, comme cela arrive dans les commotions cérébrales.

L'état comateux qui suit souvent les accès d'hystérie ou d'épilepsie, provient sans doute de l'affaissement où se trouve plongé le système nerveux après les fortes secousses qu'il a éprouvées.

Le sommeil est diminué dans le début de presque toutes les maladies aiguës, et dans beaucoup de maladies chroniques. Quelquefois il n'existe pas du tout; d'autres fois il est entrecoupé, agité par des rêves, et n'est nullement réparateur. Certaines circonstances peuvent aussi abréger le sommeil sans qu'il y ait maladie : ainsi les mauvaises digestions, un exercice trop prolongé des facultés intellectuelles, une grande fatigue corporelle, des passions profondes, provoquent l'insomnie ou rendent le sommeil agité. Il peut alors arriver ce qu'on appelle *réveil en sursaut.*

Mais c'est surtout chez les individus affectés de certaines maladies que ce phénomène a lieu : on sait qu'il est un symptôme de l'hydrothorax, de l'hydropéricardite ou d'altérations organiques du cœur.

Je ne dois pas oublier de mentionner ici cet état pénible appelé *cauchemar* ou *incube*, dans lequel le malade, en proie à des rêves effrayans, croit sentir un poids affreux qui opprime sa poitrine; au réveil son corps est couvert d'une sueur abondante qui témoigne des angoisses qu'il a éprouvées. Le cauchemar peut être produit par l'accumulation de gaz dans l'estomac, par des digestions pénibles, ou même par le décubitus sur le dos.

2.° *Du sommeil artificiel et du narcotisme.*

Une grande classe d'agens thérapeutiques produit, quand ces agens sont donnés à trop forte dose, ou quand leur usage est longtemps prolongé, un état morbide particulier, connu sous le nom de *narcotisme.* L'aconit, la ciguë, la jusquiame, la belladone, et par dessus tout, l'opium et ses nombreuses préparations, sont doués de cette propriété.

Une autre classe de médicamens, dont l'action paraît au premier

abord entièrement différente, produit cependant des effets analogues; je veux parler des *alcooliques*.

Nous examinerons successivement les phénomènes du narcotisme et de l'ivresse, et nous exposerons rapidement les moyens les plus efficaces pour combattre et faire cesser cet état morbide.

Tous les narcotiques n'agissent pas de la même manière, et sous le rapport de leurs effets sur l'organe cérébral, on peut d'abord les diviser en deux grandes classes, savoir : 1.° les opiacés, dont le mode d'action est uniforme, et 2.° les autres narcotiques, qui ont tous une vertu particulière. Ainsi la ciguë et l'aconit produisent des vertiges et provoquent peu de sommeil; le suc des laitues, au contraire, n'occasionne ni vertiges ni hallucinations; l'acide hydrocyanique stupéfie; le tabac produit d'abord des vertiges, puis amène un état de somnolence analogue au coma.

Je n'ai pas l'intention d'examiner plus en détail le mode d'action de tous les narcotiques; cela me conduirait trop loin. Mais, en dernière analyse, un phénomène qui leur est commun, c'est de suspendre pendant un temps plus ou moins long les actes de la volonté.

Les effets d'une médication narcotique trop long-temps continuée, ou qui n'est pas proportionnée au degré de susceptibilité du sujet, s'annoncent en général par une légère céphalalgie, quelques vertiges, de la pesanteur de la tête, des bruissemens ou des tintemens d'oreilles; la vue est troublée; l'ouïe, le goût, l'odorat, le toucher même, ne perçoivent plus que d'une manière obscure les impressions qui leur viennent du dehors.

Le malade tombe dans un état de demi-somnolence; il est agité par des rêvasseries continuelles; il ne sent plus ses douleurs. Si l'action des médicamens est plus intense, alors il y a suspension totale du sentiment et du mouvement; la face est rouge, le sommeil profond, la respiration bruyante, le pouls plein, large, peu fréquent : il y a accumulation du sang vers l'encéphale, véritable congestion cérébrale, et quelquefois apoplexie imminente.

Ainsi le narcotisme peut présenter les différens degrés du sommeil morbide, depuis la somnolence jusqu'au carus; mais, comme nous l'avons déjà fait entendre, il existe une foule de variétés non-seulement suivant l'espèce du narcotique employé, mais encore suivant les dispositions individuelles. L'opium, à des doses extrêmement faibles, produit sur certaines personnes des effets surprenans, tandis que les peuples de l'Orient en font leur délice, et se complaisent dans l'extase qu'il provoque en eux.

Les phénomènes de l'ivresse ont la plus grande analogie avec ceux du narcotisme. En effet, l'ivresse, comme le narcotisme, commence par des vertiges, des hallucinations; les sens se troublent; la volonté perd peu à peu son empire; les muscles de la locomotion, n'étant plus régis par elle, refusent de soutenir le corps; les idées deviennent incohérentes; enfin, l'homme ivre, comme celui qui est sous l'influence d'un narcotique, se trouve bientôt plongé dans un sommeil dont la profondeur varie suivant l'intensité d'action de la cause.

Les moyens thérapeutiques à employer dans le traitement du narcotisme, sont d'abord les évacuations sanguines par la saignée ou les sangsues, qui, en diminuant la masse du sang et en opérant une dérivation salutaire, font cesser en partie la congestion cérébrale. S'il y a eu empoisonnement, et qu'on soupçonne qu'une partie du poison se trouve encore dans l'estomac, les vomitifs seront employés avec succès. De plus, on aura recours aux révulsifs sur la peau et sur le tube digestif, aux boissons acides, au café pris en infusion, et à divers stimulans propres à relever le système nerveux de l'état de dépression où il se trouve.

Quant à l'ivresse, on connaît les succès obtenus par l'acétate d'ammoniaque; mais le plus souvent il ne sera pas même nécessaire d'y avoir recours : les symptômes disparaissent ordinairement d'eux-mêmes au bout d'un temps plus ou moins long.

3.° Il me reste à dire quelques mots des avantages que le médecin peut retirer du sommeil sous le rapport de la séméiotique. Or,

nous avons déjà vu qu'un sommeil agité, court, entrecoupé, annonce une excitation trop vive du système nerveux; tandis qu'un sommeil continu et profond indique une dépression de ce système. Nous savons, au contraire, que dans les maladies aiguës un sommeil tranquille est d'un bon augure, et souvent même il peut être considéré comme critique ou comme la suite d'une crise favorable. Un des signes les plus constans de convalescence chez les enfans, est un sommeil agité dans lequel il y a grincement des dents.

Enfin, on s'est aussi servi des rêves comme d'un signe qui indique d'une manière plus ou moins sûre l'état où se trouve le système nerveux des malades; mais pour cela il ne faut consulter que ceux des rêves qui ne sont pas dus à des impressions provenant du dehors : on cite à ce propos l'exemple de cet individu dont parle GALIEN, qui, ayant rêvé que sa jambe était transformée en pierre, trouva à son réveil cette jambe paralysée.

Le peu que je viens de dire suffit pour prouver que le sommeil peut fournir à la séméiotique des signes qui, s'ils ne sont pas d'un grand poids par eux-mêmes, concourent du moins avec les autres symptômes à éclairer le médecin sur la marche que tend à prendre la maladie.

FIN